

**MANAJEMEN KONFLIK PACARAN JARAK JAUH PADA
PEREMPUAN DEWASA AWAL MELALUI MEDIA ICT**



**Disusun sebagai salah satu syarat memperoleh Gelar Strata I
pada Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Komunikasi dan Informatika**

**Oleh:
ANGGRAINI PUSPASARI
L100160149**

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS KOMUNIKASI DAN INFORMATIKA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

**MANAJEMEN KONFLIK PACARAN JARAK JAUH PADA PEREMPUAN DEWASA
AWAL MELALUI MEDIA ICT**

PUBLIKASI ILMIAH

oleh:

ANGGGRAINI PUSPASARI

L100160149

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen Pembimbing


Rina Sari Kusuma, S.Sos., M.I.Kom

NIK. 1103



HALAMAN PENGESAHAN



**MANAJEMEN KONFLIK PACARAN JARAK JAUH PADA PEREMPUAN DEWASA
AWAL MELALUI MEDIA ICT**

OLEH
ANGGRAINI PUSPASARI
L100160149

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada hari Selasa, 27 April 2021
dan dinyatakan telah memenuhi syarat.

Dewan Penguji:

- | | |
|---|---|
| 1. Rina Sari Kusuma, S.Sos., M.I.Kom
(Ketua Dewan Penguji) | (..... ) |
| 2. Yudha Wirawanda, M.A.
(Anggota I Dewan Penguji) | (..... ) |
| 3. Nur Latifah U.S., M.A.
(Anggota II Dewan Penguji) | (..... ) |

 **Dekan,**

Nurgiyatna, S.T., M.Sc., Ph.D.
NIK. 881

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 6 April 2021

Penulis



ANGGRAINI PUSPASARI
L100160149

MANAJEMEN KONFLIK PACARAN JARAK JAUH PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL MELALUI MEDIA ICT

Abstrak

Dalam suatu hubungan berpacaran, ditandai dengan adanya interaksi secara face-to-face dan adanya kedekatan secara fisik. Namun dalam berpacaran jarak jauh, konsekuensi seperti tidak adanya kehadiran secara fisik dan terhambat oleh aktivitas masing-masing yang akan mempersempit intensitas mereka untuk berinteraksi guna mempertahankan hubungan romantis. Dalam hal ini, interaksi mereka harus termediasi oleh alat-alat teknologi, salah satunya melalui media Information and Communication Technology (ICT) yang menyediakan fitur yang dapat mempermudah komunikasi. Masalah yang diteliti dalam penelitian ini adalah bagaimana manajemen konflik dalam upaya mempertahankan keutuhan hubungan berpacaran jarak jauh. Sedangkan tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui cara yang dilakukan oleh responden ketika melakukan manajemen konflik melalui media ICT. Teori penetrasi sosial digunakan dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan metodologi riset kualitatif deskriptif yang dilakukan melalui proses wawancara. Pengambilan sampel dilakukan melalui teknik purposive sampling, dengan populasi pada penelitian adalah mahasiswa yang menjalin hubungan berpacaran jarak jauh. Hasil dari penelitian mengindikasikan bahwa ketika terjadinya konflik dalam hubungan yang kondisinya tidak berdekatan dengan pasangan secara geografis, informan dapat berkomunikasi untuk mengelola konflik melalui ICT dengan pasangannya. Pemilihan fitur dalam situasi konflik ditentukan oleh informan tergantung pada mana yang lebih efektif. Model pilihan strategis yang dimodifikasi diterapkan dalam manajemen konflik.

Kata Kunci: pacaran jarak jauh, mempertahankan dan menyelesaikan konflik, termediasi.

Abstract

In a dating relationship, it is characterized by face-to-face interactions and physical closeness. However, in long distance dating, consequences such as not being physically present and being hindered by each other's activities will reduce their intensity to interact in order to maintain a romantic relationship. In this case, their interactions must be mediated by technological tools, one of which is through the Media Information and Communication Technology (ICT) which provides features that can facilitate communication. The problem examined in this study is how conflict management is in an effort to maintain the integrity of long-distance dating relationships. Meanwhile, the purpose of this research is to find out how the respondents do conflict management through ICT media. Social penetration theory is used in this study. This study uses a descriptive qualitative research methodology which is carried out through an interview process. Sampling was done through purposive sampling technique, with the population in this study were students who had long-distance dating relationships. The results of the study indicate that when a conflict occurs in a relationship that is not geographically close to a partner, informants can communicate to manage conflict through ICT with their partners. The choice of features in a conflict situation is determined by the informant depending on which one is more effective. The modified strategic choice model is applied in conflict management.

Keywords: long-distance dating, maintaining and resolving conflict, mediated.

1. PENDAHULUAN

Hubungan romantis jarak jauh atau hubungan yang terpisah secara geografis, semakin umum untuk dilakukan (Saadatian et al. dalam Janning, Gao, & Snyder, 2017), dimana sebanyak satu juta orang setiap tahun melaporkan menjalani hubungan jarak jauh (Maines dalam Dainton & Aylor, 2002). Hubungan jarak sangat lazim di kalangan mahasiswa, dengan 25-40% dari mahasiswa terlibat dalam hubungan jarak jauh (Dellman-Jenkins, Bernard-Paolucci, & Rushing dalam Dainton & Aylor, 2002). Berdasarkan angka ini, terlihat bahwa saat ini banyak mahasiswa yang melakukan hubungan romantis jarak jauh. Selain itu, para peneliti telah memperdebatkan cara paling efektif untuk menentukan konsep hubungan jarak jauh. Meskipun beberapa penelitian sebelumnya telah menggunakan ukuran jarak untuk mengkategorikan LDR, Dellmann-Jenkins et al. dalam Dainton & Aylor (2002) berpendapat bahwa adanya pendekatan yang lebih valid yaitu dengan memberikan kesempatan pada responden untuk mengkategorikan hubungan mereka sebagai jarak jauh atau dekat secara geografis. Mereka berpendapat bahwa standar "jarak mil" sangat bervariasi di berbagai studi, menyebabkan inkonsistensi dalam temuan, dan bahwa responden sering mengalami kesulitan melaporkan secara akurat jumlah mil yang memisahkan mereka dari pasangannya.

Mahasiswa adalah seseorang yang tengah menempuh pendidikan di suatu perguruan tinggi. Usia mahasiswa memiliki rentang usia 18-25 tahun, dimana menurut Willis dalam Andiarna, Widayanti, Hidayati, & Agustina (2020), usia tersebut merupakan usia dewasa muda (*young adulthood*). Di usia tersebut kehidupan dewasa muda memiliki banyak kebutuhan (misalnya, pencapaian pendidikan, membangun karier, membangun hubungan dengan orang tua dan teman, dan hubungan romantis) untuk sumber daya intrapersonal dan interpersonal mereka (Kefalas et al., Willoughby & James dalam Watkins & Beckmeyer, 2019). Perkembangan pada individu dewasa muda berupa membina hubungan yang intim dengan lawan jenis (Santrock dalam Nisa & Sedjo, 2010). Tahapan ini penting karena berkaitan dengan pemilihan pasangan hidup secara sadar. Papalia dan Olds dalam Nisa & Sedjo (2010) menambahkan bahwa proses pembentukan dan membina hubungan personal dengan lawan jenis berupa hubungan berpacaran. Karena dewasa muda merupakan periode transisi yang signifikan, beberapa orang dewasa muda mungkin merasa terjebak di antara keinginan romantis mereka dan

aspirasi individu dan rencana hidup (Collins & van Dulmen dalam Watkins & Beckmeyer, 2019). Penggunaan *smartphone* dapat digunakan sebagai media komunikasi sebab 77% orang dewasa mengaku memiliki *smartphone*, terutama pada dewasa muda (usia 18-29) karena 94% orang dalam kelompok usia ini memilikinya (Pew Research Center dalam Lapierre & Custer, 2020). Untuk saling terhubung dengan pasangan, mereka memanfaatkan akses ke platform komunikasi yang dapat menghubungkan jarak geografis (Saadatian et al. dan Stafford dalam Janning et al., 2017). Teknologi baru telah meningkatkan jumlah dan ketersediaan berbagai format komunikasi ketika pasangan jauh secara geografis, dan tingkat penggunaan *Information and communication technology* (ICT) atau teknologi informasi dan komunikasi meningkat (Fox & Rainie; Smith dalam Janning et al., 2017). ICT memungkinkan penggunaanya untuk saling berinteraksi satu dan lainnya tanpa terbatas oleh jarak dan waktu, penggunaan ICT dapat membantu proses komunikasi tetap berjalan dengan lancar. ICT menyediakan fitur-fitur unggulan mereka yang dapat mempermudah komunikasi antarpribadi, melalui format komunikasi yang menurut Janning et al. (2017) sebagai berikut: obrolan digital (obrolan/ perpesanan Facebook, obrolan Skype, Gchat, *instant messaging*, dll.); surat; panggilan telepon (hanya audio, tidak ada video); kartu-kartu; SMS; catatan (termasuk Posting, papan memo, dll.); email; dan panggilan video webcam (Skype, Google+, panggilan video Whatsapp; Facetime, dll.), dimana dapat menghubungkan antarindividu. ICT menyediakan fitur-fitur yang dapat mempermudah komunikasi antarpribadi dalam hubungan romantis. Melalui media komunikasi berbasis ICT, mereka tetap dapat bertukar informasi untuk memahami satu sama lain dengan mudah tanpa terhambat jarak dan waktu layaknya pasangan biasa yang tidak berpacaran jarak jauh.

Dalam suatu hubungan, ditandai dengan adanya interaksi secara *face-to-face* dan berdekatan secara fisik. Namun, dalam berpacaran jarak jauh, tentunya memiliki konsekuensi seperti tidak adanya kehadiran secara fisik dan terhambat oleh aktivitas masing-masing akan mempersempit intensitas mereka untuk berinteraksi guna mempertahankan hubungan, sehingga interaksi mereka harus termediasi oleh alat-alat teknologi, salah satunya melalui internet atau sosial media yang diakses lewat *smartphone* masing-masing, sehingga dapat menjangkau lokasi di belahan dunia untuk saling terkoneksi. Knox, Zusman, Daniels, & Brantley dalam Pistole, Roberts, & Mosko

(2010) menambahkan bahwa tidak seperti pasangan yang berdekatan secara geografis, pasangan jarak jauh tinggal di lokasi yang berada jauh dengan pasangan selama sehari-hari atau berminggu-minggu, bersatu kembali untuk waktu yang singkat, dan kemudian berpisah lagi. Komunikasi secara online berkontribusi pada perkembangan psikososial untuk pemeliharaan hubungan, dan meningkatkan kualitas hubungan (Valkenburg & Peter dalam Howard, Debnam, & Strausser, 2017). Meskipun Long Distance Relationship (LDR) banyak dilakukan, LDR juga dihindari oleh beberapa pasangan, karena pada LDR memiliki beberapa tantangan, seperti berkurangnya intensitas tatap muka, tidak dapat mengamati langsung aktivitas pasangan, keterbatasan dalam berkomunikasi, rasa curiga dan cemburu akan kemungkinan ketidaksetiaan pasangan, serta sulit untuk menyelesaikan masalah yang terhambat oleh jarak (Aylor dalam Suryani & Nurwidawati, 2016). Selain itu, kondisi individu yang menjalani hubungan jarak jauh, tidak mudah terutama pada perempuan, sebab masalah komunikasi hingga masalah perasaan yang dirasakan oleh perempuan ketika berjauhan dengan pasangannya. Masalah komunikasi terjadi ketika pasangannya sibuk bekerja, namun pihak perempuan ingin bercerita mengenai masalah yang dihadapi atau sekadar ingin mendengar suara pasangannya karena rindu. Sedangkan masalah perasaan terjadi ketika sulit bertemu dengan pasangan, perempuan merasa cemas, khawatir, curiga, rindu, kesepian dan cemburu (Dharmawijati, 2016).

Manusia saling berkomunikasi untuk mengungkapkan ide, gagasan, atau perasaan pada orang lain, dimana adanya pertukaran pesan dalam proses komunikasi. Hubungan dalam komunikasi antarpribadi mencakup hubungan keluarga, pertemanan, dan pasangan. Pada teori Penetrasi Sosial, individu mengungkapkan dirinya (*self-disclosure*) pada orang lain untuk membangun kedekatan dan hubungan yang intim. Lawrence Wheelless dan Jams Grotz dalam Mohamed Ahmed (2015) mengidentifikasi pengungkapan diri sebagai segala pesan mengenai diri yang dikomunikasikan melalui pesan pengungkapan diri. Barak & Gluck-Ofri dalam Mohamed Ahmed (2015) menambahkan bahwa konseptualisasi pengungkapan diri meliputi kategori konten eksposur pribadi, misalnya informasi pribadi dan pengalaman yang berupa fakta, pemikiran, dan perasaan pribadi. Dalmis Taylor dan Irwin Altman dalam Mohamed Ahmed (2015) mendefinisikan pengungkapan diri sebagai komunikasi yang dilakukan untuk membuat diri dikenal oleh orang lain, dan ketika orang lain memberi *feedback*

dengan berbagi informasi yang mengarah pada keintiman dan perkembangan dalam hubungan. Pada hubungan romantis, cenderung melakukan komunikasi yang lebih intim agar menjadi lebih dekat dan mengenal lebih dalam pasangannya. Salah satu karakteristik penting dari keintiman adalah berbicara lebih sayang, lebih penuh kasih, lebih dalam (DeVito, 2012). Untuk itu, individu membangun keterampilan komunikasi untuk pembicaraan yang lebih intim, serta menghargai. Berbicara lewat telepon dan pesan teks lebih sering, dapat berarti menjaga komunikasi dalam hubungan (Howard et al., 2017).

Konflik antarpribadi adalah ketidaksepakatan antara individu yang terhubung serta adanya anggapan bahwa tujuan mereka tidak sesuai pada teman dekat, kekasih, kolega, anggota keluarga (Cahn, Abigail; Folger, Poole, & Stutman; Hocker, Wilmot dalam DeVito, 2012). Apalagi, konflik terjadi ketika orang saling terhubung secara signifikan, sehingga apa yang dilakukan satu orang memiliki dampak. Ketika saling menyadari bahwa tujuan mereka tidak sesuai, maka tujuan satu orang tercapai, maka tujuan orang lain tidak dapat tercapai. Misalnya, individu ingin pasangannya menuruti apa yang ia inginkan dan namun pihak lain tidak bisa menuruti kehendak pasangannya, maka jadilah konflik. Situasi ini tidak akan menimbulkan konflik jika pasangan memiliki keinginan atau tujuan yang sama. Konflik pada hubungan dapat mengarah pada peningkatan perasaan negatif. Ini terjadi ketika kasus konflik melibatkan penggunaan metode perselisihan yang tidak benar dan lebih berfokus untuk menyakiti pihak lain. Namun, konflik tak selalu memberi dampak negatif bagi hubungan. Konflik dapat meningkatkan kemandirian dan perkembangan sosial bagi pihak yang terlibat. Dari segi yang positif, konflik dapat mengharuskan pihak dalam konflik untuk melihat masalah yang ada dan berupaya untuk mencari solusi yang potensial. Dengan adanya konflik, pihak lain dapat mengetahui apa yang dibutuhkan serta memberi kesempatan untuk menyatakan apa yang diinginkan oleh masing-masing pihak serta cara meraihnya. Selain itu, konflik dapat dilihat sebagai usaha mempertahankan hubungan dimana terdapat indikasi terhadap perhatian, komitmen, dan keinginan untuk melindungi dan mempertahankan hubungan (Kusuma, 2017).

Konflik tidak bisa dihindari ketika individu saling tidak sesuai, dimana terdapat perbedaan dalam kebutuhan, keyakinan, tujuan, dan perilaku (Deutsch dalam Greene & Burleson, 2003). Melihat bahwa konflik tak terhindarkan, individu harus belajar

bagaimana mengelola konflik secara produktif. Dalam menghadapi konflik, dibutuhkan penggunaan strategi dan taktik yang tepat dan efektif, serta diskusi mengenai pengelolaan konflik. Manajemen konflik sangat penting untuk kualitas hubungan, berbagai bentuk hubungan yang terlibat contohnya seperti hubungan pada orang tua-anak (Prinz, Rosenblum, & O'Leary dalam Greene & Burleson, 2003), persahabatan (Burleson & Samter dalam Greene & Burleson, 2003), keterlibatan romantis (Ting-Toomey dalam Greene & Burleson, 2003). Akhirnya, pilihan mengenai strategi konflik mana yang akan digunakan dibuat dengan jumlah informasi yang terbatas, bias terhadap tujuan percakapan seseorang, aturan keputusan implisit maupun eksplisit, dan penilaian online yang dibuat dalam konteks reaksi emosional (Kellermann; Sillars & Weisberg dalam Greene & Burleson, 2003). Etis dalam mempelajari bagaimana perilaku manajemen konflik memungkinkan individu berperan lebih baik sebagai individu dan sebagai mitra relasional, yang dalam hal ini penggunaan pesan konflik yang berprinsip membutuhkan pertimbangan hak dan tanggung jawab orang lain (Cupach & Canary dalam Greene & Burleson, 2003).

Pada pasangan jarak jauh, penggunaan strategi fitur chat digunakan untuk berkomunikasi ketika informan atau pasangannya tidak dapat berkomunikasi melalui *video call* atau *voice call*. Fitur lain dalam *chat* seperti penggunaan emotikon, atau berbagi gambar digunakan untuk menunjukkan hal yang sedang dirasakan. Namun ini membutuhkan waktu ketika melakukan interaksi melalui personal chat, hal ini disebabkan pesan teks membutuhkan pemaknaan kembali, karena komunikasi yang berlangsung menurut kemampuan untuk mempertimbangkan, dan mengubah kembali reaksi atau tanggapan untuk memberi *feedback*, bukan berdasarkan reaksi langsung. Sedangkan melalui *video call*, informan dan pasangan dapat digunakan untuk pertukaran informasi satu sama lain dengan mendapat *feedback* secara langsung, sehingga dapat meminimalisir kesalahpahaman dan mempermudah informan dalam melihat secara langsung ekspresi pasangan. Selain itu, adanya perbedaan pada setiap media komunikasi, sehingga diharapkan untuk lebih selektif memilih media yang tepat agar terciptanya komunikasi yang efektif dan konflik yang timbul pada pasangan jarak jauh dapat diminimalisir dengan baik (Lambuan, Mas'amah, & Letuna, 2019). Dengan hal ini, pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh dan terlibat dalam konflik, penggunaan media komunikasi yang tepat dapat membantu pemecahan konflik.

Dalam sebuah studi, Braiker & Kelley dalam Achmanto (2005) mengidentifikasi berbagai sumber konflik dalam kategori yang berbeda, yaitu konflik yang bersumber dari perilaku spesifik pasangan, konflik yang bersumber dari norma peran, dan konflik karena disposisi pribadi.

a. Perilaku spesifik

Sumber konflik berasal dari perilaku spesifik salah satu pihak, seperti mabuk, lupa menjemput, jorok, bertingkah asusila, dan lain sebagainya. Konflik juga terjadi jika salah satu pihak tidak berhasil memberi balasan yang diharapkan oleh pihak lain, misalnya dengan menolak keinginan pasangan, yang mana akibat penolakan itu maka menimbulkan konflik.

b. Norma peran

Sumber konflik meliputi hal-hal mengenai hak dan kewajiban pasangan, misalnya ingkar janji, kurang adanya timbal balik dimana salah satu pihak merasa memiliki tugas yang lebih banyak, dan melalaikan tugas yang disepakati bersama. Perselingkuhan merupakan salah satu sumber konflik besar dari norma peran.

c. Disposisi pribadi

Perilaku khas yang ditimbulkan seseorang dalam menanggapi maksud atau perbuatan pihak lain, misalnya merasa pasangannya berubah dilihat dari tindakan pasangan yang lupa akan ulang tahunnya (Nisa & Sedjo, 2010).

Dalam manajemen konflik, memahami faktor yang berpengaruh dapat membantu untuk memilih strategi mana yang lebih tepat dan lebih efektif. Penelitian menemukan bahwa menggunakan strategi konflik yang sering digunakan, dapat memberikan banyak keuntungan. Sedangkan menggunakan strategi konflik yang kurang tepat, dapat dikaitkan dengan kondisi psikologis yang lebih buruk (Neff & Harter; Weitzman dalam DeVito, 2012).

- a. Tujuan. Tujuan jangka pendek dan jangka panjang yang ingin dicapai memengaruhi strategi yang cocok untuk digunakan. Jika ingin menyelamatkan kencan dalam jangka pendek, mungkin menyerah dan mengabaikan kesulitannya. Namun jika menginginkan hubungan jangka panjang, cenderung melakukan analisis sepenuhnya penyebab masalah dan mencari strategi yang memungkinkan keuntungan bagi kedua belah pihak.

- b. Keadaan emosional. Perasaan akan memengaruhi strategi yang digunakan. Pihak yang berkonflik akan memilih strategi yang berbeda ketika meminta maaf daripada ketika sedang membalas dendam.
- c. Penilaian kognitif. Sikap dan keyakinan tentang apa yang adil akan memengaruhi kesiapan untuk mengakui keadilan dalam posisi orang lain. Penilaian mengenai apa penyebab masalah dan perkiraan efek yang ditimbulkan dari opsi akan memengaruhi gaya manajemen konflik.
- d. Kompetensi kepribadian dan komunikasi. Jika pemalu dan tidak tegas, cenderung mencoba menghindari konflik daripada menghadapi konflik secara aktif. Jika memiliki keinginan untuk menunjukkan *power*, maka lebih aktif menghadapi konflik dan berdebat dengan keras. Beberapa orang memiliki toleransi yang lebih besar terhadap perselisihan dan akibatnya lebih cenderung membiarkan hal-hal tertentu dan tidak menjadi marah secara emosional atau bermusuhan daripada orang-orang dengan sedikit toleransi terhadap perbedaan pendapat (Teven, Richmond, & McCroskey; Wrench, McCroskey, & Richmond dalam DeVito, 2012).
- e. Sejarah keluarga. Topik yang dipilih untuk diperjuangkan, dan mungkin kecenderungan untuk terobsesi atau melupakan konflik antarpribadi, kemungkinan dipengaruhi oleh sejarah keluarga dan cara konflik ditangani saat tumbuh dewasa.

Terdapat penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini, yaitu penelitian yang dilakukan Ruppel (2015) yang meneliti tentang penggunaan media *Communication Technology* (CT) pada kehidupan hubungan romantis remaja dalam mengungkapkan diri (*self-disclosure*) pada pasangannya menunjukkan bahwa pada hubungan yang berkembang lebih tinggi, pengurangan penggunaan CT dan komunikasi tatap muka kurang penting dalam hubungan. Hal ini dikarenakan peningkatan pengetahuan dan pengalaman dengan pasangan seseorang. Responden yang perkembangan hubungannya lebih rendah melaporkan bahwa pengungkapan diri lebih besar ketika mereka berkomunikasi tatap muka daripada ketika mereka berkomunikasi dengan CT berbasis teks. Hal tersebut terjadi karena responden mungkin mengantisipasi interaksi yang sedang berlangsung dengan pasangan mereka, mereka mungkin lebih suka komunikasi *face-to-face* (FtF) dengan maksud terciptanya percakapan yang lebih intim untuk mengenal pasangan yang mencakup berbagai topik, karena komunikasi FtF menawarkan informasi nonverbal yang dapat digunakan untuk mengurangi

ketidakpastian tentang pasangan mereka (Burgoon et al. dalam Ruppel, 2015). Selain itu, adanya korelasi penggunaan CT berbasis suara dan kedalaman pengungkapan diri. Dalam hubungan yang lebih tinggi, kurangnya kedalaman pengungkapan diri melalui CT berbasis suara, namun *self-disclosure* melalui CT berbasis suara dan FtF tetap ada. Dalam hubungan yang berkembang lebih rendah, responden telah menggunakan CT berbasis suara seperti telepon untuk terlibat dalam pengungkapan diri secara pribadi. CT berbasis suara mungkin menyediakan pengungkapan diri yang bermanfaat untuk meningkatkan keintiman dalam hubungan yang kurang berkembang sambil meminimalkan potensi penolakan atau menghadapi ancaman dalam meningkatkan hubungan (Kunkel et al.; Wilson et al. dalam Ruppel, 2015). Dalam hubungan yang lebih maju, ancaman kurang menjadi perhatian, lebih fokus untuk menyimpan informasi pribadi untuk komunikasi tatap muka.

Penelitian yang dilakukan Kurniati (2015) juga meneliti hubungan jarak jauh dengan menggunakan teknologi untuk berkomunikasi dengan pasangannya, namun subjek penelitiannya memiliki status hubungan pernikahan. Penelitiannya mengemukakan bahwa pada saat hubungan berkembang, keintiman dan komitmen telah diperoleh, mempertahankan hubungan jarak jauh bagi sebagian orang tidaklah mudah. Keharmonisan hubungan ditentukan oleh frekuensi interaksi dan kedekatan secara fisik, namun pada responden penelitian yang menjalani hubungan romantis jarak jauh memiliki strategi dalam mengelola hubungan romantis, seperti berkomunikasi mengenai hal-hal sepele agar tetap terhubung dengan pasangan. Untuk itu, adanya komitmen dan rasa percaya pada pasangan dalam tahapan hubungan. Pergerakan tahapan dipengaruhi oleh *self-disclosure* dan kemampuan dalam mengelola konflik dalam hubungan romantis. Bagi responden, manajemen emosi dapat dilakukan dengan menggunakan media alat komunikasi untuk keberlangsungan hubungan romantis. Namun, ada dampak negatif dari komunikasi yang termediasi, seperti tidak menampilkan isyarat nonverbal, terbatasnya penyampaian dan pemaknaan pesan. Tidak adanya sentuhan, penglihatan, penciuman, atau pendengaran berpengaruh pada kualitas komunikasi, sehingga komunikasi tatap muka belum bisa digantikan oleh komunikasi yang termediasi.

Selain itu, terdapat penelitian yang membahas mengenai konflik pacaran jarak jauh pada individu dewasa muda dilakukan oleh Nisa & Sedjo (2010). Dalam

penelitiannya menyebutkan bahwa terdapat penyebab konflik yang dikemukakan oleh Achmanto (2005), dimana ia mengelompokkan sumber konflik ke dalam tiga kategori, yakni (a) konflik yang bersumber dari perilaku spesifik pasangan, (b) sumber konflik yang berasal dari norma peran, dan (c) sumber konflik karena disposisi pribadi. Berbeda dengan Nisa & Sedjo (2010), cara untuk mengatasi konflik pada Nisa & Sedjo (2010) adalah dengan komunikasi dengan pasangan, berpikiran positif, sabar, saling percaya, saling mengerti dan kuatnya komitmen dari masing-masing pihak. Sedangkan pada penelitian ini, menggunakan model pilihan strategis yang dimodifikasi dari Greene & Burleson (2003).

Berdasarkan masalah yang telah dipaparkan diatas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui manajemen konflik dalam upaya mempertahankan hubungan romantis dengan menggunakan media ICT.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metodologi riset kualitatif. Metode riset yang digunakan adalah wawancara atau depth interview. Jenis atau tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif, dimana bertujuan untuk memberi gambaran tentang fenomena hubungan kencan jarak jauh (LDR) yang dimediasi oleh alat-alat teknologi, yang dalam hal ini adalah internet secara detail karena penulis ingin mendeskripsikan data atau hasil yang telah didapat selama mencari di lapangan. Populasi pada penelitian adalah mahasiswa yang berusia 18-24 tahun (dewasa muda), karena dewasa muda merupakan periode transisi yang signifikan, beberapa orang dewasa muda mungkin merasa terjebak di antara keinginan romantis mereka dan aspirasi individu dan rencana hidup (Collins & van Dulmen dalam Watkins & Beckmeyer, 2019).

Teknik sampling pada penelitian ini adalah teknik purposive sampling, yakni peneliti memilih informan dengan berdasarkan beberapa pertimbangan mengenai karakteristik yang dimiliki oleh partisipan dari jumlah keseluruhan populasi. Karakteristik yang harus dipenuhi oleh subjek dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: (1) Perempuan berusia 18-24 tahun, (2) Sedang melakukan hubungan berpacaran jarak jauh dan, (3) Aktif menggunakan media untuk berkomunikasi dengan pasangan. Sampel penelitian adalah perempuan usia 18-24 tahun (dewasa muda) yang sedang menjalin hubungan berpacaran jarak jauh. Untuk teknik pengumpulan data,

menggunakan metode wawancara mendalam (*depth interview*) dengan cara bertatap muka. Tujuannya adalah untuk menggali sebanyak-banyaknya informasi mengenai hubungan jarak jauh melalui ICT dari responden yang sesuai dengan kriteria tema penelitian. Perekaman hasil wawancara disimpan melalui alat bantu, yaitu handphone sebagai perekam audio. Analisis data dalam penelitian kualitatif deskriptif ini dilakukan saat pengumpulan data berlangsung, dan saat data selesai dikumpulkan. Setelah data terkumpul, maka penulis akan menganalisa data tersebut. Kemudian data diklasifikasikan dalam kategori tertentu. Pengkategorian ini harus mempertimbangkan kevalidan, dengan memperhatikan kompetensi subjek penelitian, tingkat autentisitasnya dan melakukan triangulasi berbagai sumber data (Kriyantono, 2006).

Berikutnya, peneliti melakukan teknik validasi dengan triangulasi sumber data, yaitu menganalisis jawaban subjek dengan meneliti kebenarannya dengan sumber data lainnya yang tersedia. Jawaban subjek di cross-check dengan dokumen yang ada, sehingga hasil data yang diperoleh akan dibandingkan dengan penelitian terdahulu. Selanjutnya, dilakukan *intersubjectivity analysis*, artinya semua pandangan, pendapat, ataupun data dari suatu subjek penelitian, didialogkan dengan pendapat, pandangan, ataupun data dari subjek lainnya (Kriyantono, 2006). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan model pilihan strategis yang dimodifikasi sebagai kategori, kemudian mencantumkan data primer yang berupa data wawancara dengan responden, serta menambahkan literatur dari jurnal-jurnal yang berhubungan dengan argumen responden.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana manajemen konflik hubungan berpacaran jarak jauh melalui media ICT. Terdapat empat responden yang terlibat dalam penelitian ini, dimana keempat responden merupakan mahasiswa. Berikut data responden yang diperoleh melalui hasil wawancara:

Tabel 1. Hasil Wawancara

No.	Keterangan	IR	SP	AJ	DA
1.	Usia	21 Tahun	20 Tahun	21 Tahun	22 Tahun
2.	Jenis Kelamin	Perempuan	Perempuan	Perempuan	Perempuan
3.	Lama Berpacaran	2 Tahun	4 Tahun	4 Tahun	1 Tahun 6 Bulan
4.	Lama Berpacaran Jarak Jauh	2 Tahun	3 Tahun	3 Tahun	Langsung Jarak Jauh

Penelitian ini menggunakan pendekatan yang memungkinkan responden sendiri dalam mengkategorikan hubungan mereka sebagai jarak jauh atau dekat secara geografis seperti yang telah dikemukakan oleh Dellmann-Jenkins et al. dalam Dainton & Aylor (2002). Sehingga saat penelitian berlangsung, peneliti bertanya pada responden, apakah responden menganggap hubungan berpacaran yang saat ini dijalani sebagai hubungan jarak jauh dimana responden tidak dapat melihat pasangan secara langsung atau tidak. Berikut ini adalah jawaban dari responden.

Responden 1 menyebutkan bahwa ia sedang menjalani *long-distance relationship* (LDR) dan lebih banyak menghabiskan waktu komunikasi lewat telepon dan chat.

“Aku kan LDR sama dia, jadi kan aku lebih banyak menghabiskan waktu komunikasi sama dia itu lewat telepon dan chat”.

Responden 2 menganggap bahwa ia sedang menjalani hubungan jarak jauh, karena berbeda kota dengan pasangan dan komunikasi hanya termediasi melalui fitur *video call*, serta menggunakan WhatsApp.

“Iya, saat ini saya menjalani hubungan jarak jauh karena berbeda kota Cepu-Papua dan komunikasi hanya termediasi melalui video call, dan menggunakan WhatsApp saja”.

Responden 3 menyatakan bahwa ia tengah menjalani hubungan jarak jauh, karena jaraknya jauh, beda kota dan tidak bisa bertemu di hari-hari biasa.

“Aku LDR (Long-Distance Relationship) karena jaraknya jauh, beda kota, tidak bisa ketemu kalau hari-hari biasa. Pokok kudu ngenteni hari libur sik

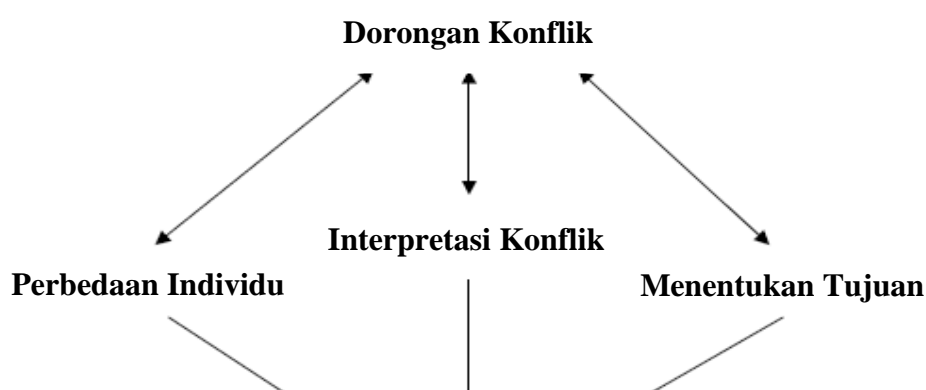
(pokoknya harus menunggu hari libur dulu). Kita LDR karena aku posisinya kuliah di Solo, sedangkan dia kerja. Kerjanya di Jawa Timur, soalnya juga setiap tahun dia di-rolling.”.

Responden 4 juga mengkategorikan hubungannya sebagai jarak jauh karena berbeda provinsi dan komunikasi termediasi oleh fitur chat atau SNS (*Social Network Sites*). Ia juga mengatakan bahwa pertemuan face-to-face dalam setahun 1 sampai 2 kali, sedangkan pada saat pandemi tidak bertemu secara *face-to-face* sama sekali.

“Karena jarak jauh dan berbeda provinsi. Selama ini komunikasi utama termediasi oleh social chat atau SNS (Social Network Sites). Karena dalam setahun pertemuan face-to-face paling 1 sampai 2 kali, pas pandemi malah nggak sama sekali”

Pernyataan dari para responden sesuai dengan Lydon, Pierce, dan O'Regan dalam Nisa & Sedjo (2010) yang menyebutkan perbedaan antara pacaran jarak jauh dan pacaran jarak dekat. Pacaran jarak jauh adalah hubungan berpacaran yang terjadi pada dua individu yang tinggal pada dua kota yang berbeda. Sedangkan pacaran jarak dekat adalah hubungan berpacaran yang terjadi pada dua individu yang tinggal pada kota yang sama.

Dalam penelitian ini, menggunakan model pilihan strategis yang dimodifikasi. Model pilihan strategis yang dimodifikasi ini memperhitungkan faktor-faktor yang memengaruhi respons emosional, kognitif, dan perilaku orang tersebut terhadap oposisi atau ketidakcocokan mitra relasional. Model ini berlaku untuk situasi konflik sehari-hari dan mengasumsikan bahwa individu memiliki kemampuan untuk mengatur diri sendiri (misalnya, tidak ada kerusakan fisik yang terjadi pada lobus frontal, pihak yang berinteraksi tidak mabuk, dan lain-lain). Model ini dimulai dengan pembahasan mengenai peristiwa pemicu konflik yang mungkin dihadapi seseorang



Gambar 1. Model Pemicu Konflik
Sumber: Greene & Burleson (2003)

3.1 Dorongan Konflik (*Conflict Instigation*)

Braiker dan Kelley (dalam Achmanto, 2005) mengelompokkan beberapa sumber konflik dalam tiga kategori yang berbeda, yaitu diantaranya konflik yang bersumber dari perilaku spesifik pasangan, sumber konflik yang berasal dari norma peran, sumber konflik karena disposisi pribadi.

3.1.1 Perilaku Spesifik Pasangan

Konflik yang terjadi bersumber dari perilaku salah satu pihak dalam hubungan, misalnya mabuk, lupa menjemput, jorok, bertingkah asusila, menolak keinginan pasangan, dan lain sebagainya.

Informan 2 menyebutkan bahwa konflik terjadi karena pasangannya terlalu posesif, pasangannya melarang masuk grup yang memberi informasi terkait kepentingan perkuliahan, misalnya grup rombongan belajar akuntansi, dan grup kelas.

“Kemarin aku nggak boleh masuk grup, grup apapun itu yang ada cowoknya. Nah, kan kalau ngomongin soal grup, kan banyak informasi kan ya di grup. Misalnya yang kemarin terjadi konflik itu, grup rombel (rombongan belajar) Akuntansi, grup kelas aku kuliah. Nah, kalau di grup kuliah di kelas kan kita dapat informasi apapun, dapat informasi tugas, dapat informasi dari dosen kan dari grup itu. Tapi dia nggak ngebolehkan, karena dia terlalu posesif sama aku, takutnya nanti aku gini, aku gitu, kaya gitu.”

Menolak keinginan pasangan juga dialami oleh responden 3, pasangannya marah

ketika ia tidak menuruti kemauannya, sedangkan menurut responden 3 pada keadaan tertentu ia tidak bisa menuruti keinginan pasangan.

“Biasanya dia juga marah kalau aku itu gak menuruti apa kemauannya dia. Tapi kan dalam keadaan, kita gak bisa menuruti semua omongan dia, maksudnya pasangan. Kita kan gak bisa apa-apa diturutin. Kita juga liat kondisi kita kan. Nah itu tuh yang bikin dia juga marah kalau aku kesannya gak mau nurut, padahal nggak gitu. Jadi aku biasanya lebih ke ngasih pengertian. Bukan berarti kalau aku gak nurut sama dia itu, aku gak sayang atau udah nggak peduli, udah nggak mau diperhatiin. Itu bukan kaya gitu.”

Konflik antarpribadi terjadi ketika adanya ketidaksepakatan antara individu yang terhubung serta terdapat anggapan bahwa tujuan mereka tidak sesuai pada teman dekat, kekasih, kolega, anggota keluarga (Cahn, Abigail; Folger, Poole, & Stutman; Hocker, Wilmot dalam DeVito, 2012). Ketika konflik terjadi pada orang yang saling terikat, apa yang dilakukan oleh satu orang memiliki dampak bagi pihak lain. Ketika saling menyadari bahwa tujuan mereka tidak sesuai, maka tujuan satu orang tercapai, maka tujuan orang lain tidak dapat tercapai.

3.1.2 Norma Peran

Konflik ini bersumber dari hak dan kewajiban pasangan, misalnya karena ingkar janji, salah satu pihak merasa memiliki tugas yang lebih banyak, melalaikan tugas yang telah disepakati bersama, dan selingkuh.

Pada informan 1, pasangannya jarang menghubungi dan lama jika membalas chat. Selain itu, ia merasa bahwa pasangannya menjadi kurang perhatian. Namun ketika responden 1 menyuarakan apa yang ia rasakan, hingga kadang marah, pasangannya merasa informan 1 menuntut waktunya.

“Dia jarang menghubungi aku. Terus kadang aku marah dong, karena dia jadi kurang perhatian. Tapi bukannya minta maaf, malah dia bilang kalau aku gangguin dia. Yaudah ya, jadinya dia kaya ninggalin aku gitu aja, dan dilama-lamain kalau bales chatnya.”

Ketika berada jauh dengan pasangannya, informan 1 cenderung memiliki pengharapan yang tinggi akan kualitas waktu bersama pasangan yang dalam hal ini adalah perhatian dari pasangannya. Hal ini selaras dengan Rohlfing (dalam Nisa & Sedjo, 2010) yang dalam penelitiannya menunjukkan bahwa pada pasangan jarak jauh, terdapat pengharapan yang tinggi akan kualitas waktu bersama pasangan.

Berbeda dengan pengalaman informan 1, informan 2 memiliki pengalaman diselingkuhi oleh pasangannya.

"Yang udah aku alamin itu, aku pernah diselingkuhin".

Achmanto (2005) mengartikan komitmen sebagai bentuk kesepakatan yang bertujuan untuk tetap bersama seorang pasangan dalam hidupnya. Perselingkuhan merupakan pelanggaran komitmen yang telah disepakati oleh kedua pihak. Oleh karena itu, ketika pelanggaran komitmen dalam hubungan yang berupa perselingkuhan, menimbulkan konflik pada hubungan responden 2.

3.1.3 Disposisi Pribadi

Perilaku khas yang timbul dalam menanggapi maksud pasangannya. Misalnya, karena pasangan lupa menyelesaikan tugasnya, pihak yang lain mengeluh bahwa pasangannya pemalas, tidak tahu kewajiban, dan lain sebagainya. Ini seperti yang dialami oleh responden 1, konflik terjadi karena pasangannya sibuk sehingga jarang menghubungi.

"Jadi tuh kaya gini, dia itu kan sibuk banget. Dia itu sibuk sama kerjaan dan kuliahnya, jadi kaya dia jarang menghubungi aku terus kadang aku marah dong, karena dia jadi kurang perhatian, tapi bukannya minta maaf, malah dia bilang kalau aku gangguin dia. Yaudah ya, jadinya dia kaya ninggalin aku gitu aja, dan dilama-lamain kalau bales chatnya."

Sedangkan pada informan 4, ia beranggapan bahwa pasangannya kurang terbuka, dan harus didesak dahulu agar mau bersuara. Selain itu, informan 4 merasa pasangannya menyebalkan karena menunjukkan sikap menghindar ketika ada sesuatu yang terjadi dalam hubungan.

"Biasanya karena miskomunikasi sama kurangnya keterbukaan diri. Jadi pacarku ini kalo ditanya kenapa suka jawab gapapa, kudu (harus) didesak-desak dulu, dia baru mau jawab. Kalo udah kayak gitu pasti susah dihubungin. Ditelpon gak diangkat, bales chat cuek-cuek, pokoknya tindakan-tindakan yang menurutku menyebalkan."

Ketika menghadapi masalah, diperlukan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan situasi yang dialami. Salah satu komponen yang penting dalam penyesuaian diri adalah komunikasi, dimana agar komunikasi berjalan dengan baik, masing-masing pihak harus bersedia untuk membuka diri. Keterbukaan berperan untuk memudahkan kedua pihak mengenal lebih dalam tentang pribadi pasangannya, mengenai hal yang disukai dan tidak disukai, pikiran dan perasaannya (Rini, 2009).

Namun, pada situasi yang dialami oleh responden 4, kurangnya keterbukaan diri pada pasangan dan miskomunikasi dalam hubungan yang dapat mengakibatkan konflik.

3.2 Perbedaan Individu (*Individual Differences*)

3.2.1 Kepribadian dan Kontrol Pribadi (*Personality and Personal Control*)

Setiap individu memiliki keinginan, kebiasaan, dan nilai-nilai yang berbeda. Perbedaan individu kadang terjadi pada pasangan dan memicu konflik (Nisa & Sedjo, 2010). Serupa dengan pernyataan tersebut, ketika adanya perbedaan pendapat dengan pasangannya dapat memicu konflik. Informan 1 merasa malas untuk mempertahankan pendapatnya, karena ia merasa pasangannya adalah orang yang kaku sehingga sulit memahami pendapatnya. Saat informan 1 diam saja, kemudian pasangannya mengakhiri pembicaraan dengan menutup telepon tanpa salam.

“Karena pacar aku ini orangnya kaku banget ya, susah untuk memahami orang lain, jadi dia seolah-olah menganggap pendapatku itu salah dan yang benar adalah pendapat dia, gitu. Dan dari sini, aku males bicara buat mempertahankan pendapatku, jadi aku memilih untuk diam. Dan disini itu ya, apa ya, eeee karena jengkel, karena dia nggak suka didiemin, jadi dia kaya langsung mengakhiri pembicaraan dengan cara menutup telepon tanpa salam, tiba-tiba teleponnya mati gitu.”

Menganggap pendapat pasangan salah dalam sebuah konflik, merupakan bentuk dari menyingkirkan argumen pihak lain. Nugroho & Sushanti (2019) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa mengeliminasi atau membuat tidak berdaya salah satu pihak menjadikan pendapat pihak lain menjadi dominan. Di sisi lain, Nugroho & Sushanti (2019) juga menambahkan bahwa perilaku mendiamkan pasangan, secara sosiologis, juga termasuk dalam interaksi sosial, karena sikap diam itu sendiri merupakan *feedback* terhadap ucapan atau perilaku pihak lain. Sikap diam yang dilakukan merupakan bentuk dari agresi, yaitu bagaimana perwujudan emosi negatif pada individu melalui kekuatannya membuat orang lain “seakan tidak ada” melalui sikap diamnya. Dalam kata yang lain, “diam” adalah wujud lain dari kemarahan, ini sesuai dengan ungkapan Simmel (dalam Nugroho & Sushanti, 2019) tentang konflik sebagai upaya untuk mengeliminasi salah satu pihak.

Dewi & Basti (2008) juga menambahkan bahwa perilaku yang awalnya saling menyerang secara verbal, yang dalam hal ini ketika keduanya saling mengemukakan pendapatnya, berakibat melukai atau menyakiti perasaan pasangannya ketika terjadi

konflik. Perilaku ini menimbulkan sikap bertahan sebagai upaya membela diri ketika konflik terjadi dari serangan pasangannya. Seperti kasus ini, dengan sikap yang keras kepala dan menggunakan logika, pihak yang satu mempertahankan pendapatnya dan merasa bahwa pendapatnya yang paling benar. Sedangkan pihak lain menarik diri dari pasangannya dengan menunjukkan perilaku penghindaran dan memilih untuk diam daripada menunjukkan kekecewaan pada pasangannya.

Sedangkan pada responden 2, adanya sikap posesif pada hubungan yang mereka jalani. Ia mengatakan bahwa pasangannya melarangnya berkomunikasi *via online* dengan lawan jenis agar tidak selingkuh, walaupun informan 2 memiliki kepentingan. Pasalnya, jika ia menuruti apa yang dikatakan oleh pasangannya, ia akan melewatkan banyak informasi penting di grup seputar perkuliahan.

“Dia terlalu posesif ya sama hubungan kita. Aku tuh nggak boleh chatting-an sama cowok lain, kecuali dia. Padahal, disamping itu kan aku juga kepentingan kan sama ehh punya kepentingan sama orang lain. Nah, jadi kalau cuma chat-an kan wajar, tapi kalau menurutnya dia takutnya nanti aku chatting-an, nanti aku malah selingkuh. Nah disitulah terjadi konflik karena dia terlalu posesif, nggak ngebolehin aku chat-an sama cowok lain walaupun itu aku ada urusan.”

Ketika adanya ketidaksetaraan atau kurangnya ekuitas dalam hubungan yang ditunjukkan pada sikap yang cenderung kurang empati, mengontrol dan posesif, berimplikasi pada konflik yang bertujuan untuk kelanjutan atau pembubaran hubungan (Ryckman, Thornton, Gold, & Burckle, 2002).

3.3 Interpretasi Konflik: Atribusi (*Interpretation of the Conflict: Attributions*)

Dalam konflik, atribusi berkaitan pada penjelasan individu untuk masalah interpersonal mereka. Ross dan Nisbett dalam Greene & Burleson (2003) berasumsi bahwa interpretasi individu atas suatu peristiwa akan menentukan bagaimana reaksi individu baik secara perilaku maupun emosional terhadap peristiwa tersebut.

Sillars dalam Greene & Burleson (2003) mengidentifikasi bahwa individu yang mengaitkan penyebab masalah dengan pasangan mereka cenderung menunjukkan reaksi yang kompetitif dan sangat mungkin untuk membalas perilaku kompetitif dari waktu ke waktu. Hal ini seperti apa yang dilakukan oleh responden 3, dimana ketika sedang menghadapi konflik, ia dan pasangannya cenderung menunjukkan reaksi yang kompetitif. Ini ditunjukkan dari keduanya saling berargumen dengan nada yang tinggi (ngegas).

“Kalau udah bertengkar itu kaya udah ngegas semua gitu. Jadi kaya omongan yang jelek udah keluar semua gitu.”

Sebaliknya, pihak yang menghubungkan penyebab konflik dengan diri mereka sendiri cenderung untuk terlibat dalam tindakan kooperatif dan menanggapi perilaku partner dengan perilaku kooperatif dan konflik secara langsung. Ini seperti apa yang dilakukan oleh responden 4, dimana ia berusaha menanyakan pada pasangannya, mengapa terjadi perubahan perilaku setelah ia main dengan mantan pacarnya.

“Dulu pernah berantem gara-gara aku main sama mantanku yang kebetulan sekarang kita se- kota. Padahal aku udah bilang, aku mau main sama siapa dan kemana, dan dia tau kalo itu mantanku juga ikut main. Dia bilang, “ya main-main aja”. Oke karena boleh, jadi aku main lah sama temen-temenku. Mantanku ini termasuk temenku juga. Tapi dari situ, dia mulai ada perubahan-perubahan, mulai dari chat yang jadi gak jelas, singkat-singkat, ditelpon juga dari nada bicaranya kayak ogah-ogahan gitu. Ternyata, dia itu cemburu dan akunya gak peka. Mulailah aku ngeduluin ngomongin itu secara serius, karena aku merasa aku duluan yang berubah”.

Singkatnya, interpretasi konflik dalam kaitannya dengan atribusi penyebab konflik merepresentasikan reaksi seseorang. Penjelasan yang masuk akal pada perilaku orang lain membantu mengarahkan orang ke perilaku pemecahan masalah yang lebih rasional.

3.4 Menentukan Tujuan (Goal Generation)

Setelah mengetahui apa penyebab masalah dalam hubungan, maka individu memutuskan suatu tindakan. Beberapa keputusan dibuat setelah dipikirkan dan direncanakan dengan cermat, sedangkan yang lain muncul saat itu juga sehingga membutuhkan lebih sedikit perencanaan (Berger dalam Greene & Burleson, 2003). Tindakan berasal dari tujuan yang ingin dicapai oleh individu, misalnya untuk memelihara hubungan, meraih sesuatu yang diinginkan, dan lain sebagainya. Tujuan individu ini memberi acuan untuk melakukan evaluasi dari apa yang dirasakan, dan memiliki efek dari strategi konflik yang berbeda (Fincham; Putnam & Wilson dalam Greene & Burleson, 2003).

Tujuan individu akan mempengaruhi strategi mana yang mungkin diambil (Dillard; Wilson, Aleman, & Leatham dalam Greene & Burleson, 2003). Individu melakukan pertimbangan terhadap perilaku yang akan membantu mencapai tujuan, dimana ini sesuai dengan identitas mereka (yaitu, menunjukkan citra diri yang diinginkan), hubungan (yaitu, membuat tingkat keintiman dan kesetaraan yang

diinginkan), dan kebutuhan instrumental (yaitu, mendapatkan bantuan) ini dikemukakan pada penelitian Cody, Canary, & Smith dalam Greene & Burleson (2003).

Pada responden 1, karena memiliki tujuan yaitu ingin saling mempertahankan dan berjuang untuk hubungan yang sedang dijalani, ia mencoba mengerti kegiatan pasangannya yang sibuk. Selain itu, pasangannya juga menunjukkan sikap untuk memperbaiki hubungan dengan cara lebih perhatian dengan menyempatkan telepon atau video call agar hubungan tetap harmonis

“Yaudah sih ya, disini tuh aku kaya coba ngertiin kegiatan dia yang super sibuk banget itu. Terus karena dia disini ada itikad baik juga untuk memperbaikinya, dan dia juga jadi tambah perhatian gitu sama aku. Kadang yang cuma chat-an doang, sekarang disempetin buat telepon atau video call aku walaupun cuma sebentar karena dia dan aku beranggapan supaya hubungan ini tetep berjalan harmonis, gitu. Dan disini ya, aku jelasin lagi ya soal yang mau putus itu, kita gak jadi putus dong, karena kita saling sayang, terus pengen saling mempertahankan dan pengen berjuang untuk hubungan ini”.

Sedangkan pada responden 4, setelah mengetahui apa penyebab masalah dalam hubungan, yaitu kurangnya keterbukaan diri, ia memutuskan untuk melakukan diskusi dengan pasangan melalui *chat*. Pada akhirnya, tercipta kesepakatan agar lebih terbuka.

“Karena aku merasa dibolehin awalnya, jadi ya aku main. Tapi ternyata itu sindiran dan aku gak peka. Jalan tengahnya ya kita diskusi lewat chat, karena kalo di telepon, aku bisa jadi bawel banget dalam keadaan lagi ribut begitu. Akhirnya ya kita sepakat, lebih terbuka aja kalau ada apa-apa. Kalau kenapa ya bilang kenapa, kalo iya ya iya, enggak enggak. Terus jadi lebih peka aja, jadi lebih mikir kalo mau main sama mantan walaupun ya udah gak ada apa-apa”.

Individu memilih strategi untuk mencapai tujuan mereka (Hojjat; Sillars & Wilmot dalam Greene & Burleson, 2003). Individu harus mempertimbangkan tujuan orang lain dalam konflik. Lakey dalam Greene & Burleson, 2003) menemukan bahwa peka terhadap tujuan orang lain merupakan prediktor yang kuat dari strategi konflik, dimana kepekaan terhadap tujuan pasangan terkait secara positif dengan penggunaan strategi yang integratif, penilaian pasangan atas kompetensi individu. Sedangkan kepekaan terhadap tujuan pasangan dikaitkan secara negatif dengan strategi yang distributif, penilaian kesesuaian, dan efektivitas seseorang. Sebaliknya, individu terlibat dalam tindakan yang merusak ketika tidak mempertimbangkan hasil dari perilaku mereka terhadap orang lain (Yovetich & Rusbult dalam Greene & Burleson, 2003).

3.5 Produksi Pesan (*Message Production*)

Strategi konflik ditunjukkan dengan tindakan yang diambil individu untuk mengelola konflik interpersonal mereka, sedangkan strategi menunjukkan perilaku dalam waktu yang nyata (Newton & Burgoon dalam Greene & Burleson, 2003). Misalnya, individu memutuskan untuk menghadapi orang lain melalui sikap yang kooperatif.

Strategi konflik menggambarkan pendekatan yang diambil individu untuk mengelola masalah interpersonal mereka (Newton & Burgoon dalam Greene & Burleson, 2003). Misalnya, seseorang mungkin memutuskan untuk menghadapi orang lain, tetapi dengan sikap kooperatif. Orientasi strategis ini (juga dikenal sebagai integrasi, kolaborasi, dan lain-lain) dapat diraih dengan menggunakan satu atau lebih strategi berikut: menerima tanggung jawab sendiri, deskripsi masalah, mencari pengungkapan, menawarkan pengungkapan, mencari kesamaan, dan sebagainya.

Keputusan awal strategi seseorang selama konflik terkait dengan sejauh mana individu melibatkan pasangan (langsung atau tidak langsung, termasuk tidak berbicara sama sekali) dan keputusan awal strategi kedua mengenai bagaimana individu memutuskan menjadi kooperatif atau kompetitif (Hojjat; Sillars & Wilmot dalam Greene & Burleson, 2003).

Van de Vliert dan Euwema dalam Greene & Burleson (2003) mengkategorikan perilaku konflik atas persetujuan (kerjasama) dan ketidaksetujuan (kompetisi), serta membedakan perilaku aktif (langsung) dan tidak aktif (tidak langsung) yang menghasilkan pendekatan manajemen konflik umum: negosiasi (kooperatif dan aktif), nonkonfrontasi (kooperatif dan tidak aktif), konflik langsung (kompetitif dan aktif), dan konflik tidak langsung (kompetitif dan tidak aktif). Dimensi ini disebut sebagai *direct* (langsung)–*indirect* (tidak langsung) and *nice* (baik)–*nasty* (buruk), atau sistem "DINN".

Pada awalnya, ketika konflik terjadi responden 1 menggunakan strategi langsung dan kompetitif (pertarungan langsung) ketika menyampaikan apa yang ia rasakan, yaitu terdiri dari tuduhan dan asumsi tentang perilaku pasangan, perasaan, dan sebagainya yang ditunjukkan dengan penggunaan "pernyataan Anda". Hal ini seperti yang dialami oleh responden 1, ia merasa kurang diberikan perhatian oleh pasangannya. Dan pasangannya merasa bahwa responden 1 menuntut waktunya.

“Bahkan pernah kan sampai mau putus juga, karena dia ngerasa kek aku menuntut waktunya dia, padahal maksudnya bukan kaya gitu ya, aku cuma

minta perhatian yang lebih dari dia, tapi dia itu kaya nggak bisa ngasih gitu loh. Seharusnya dia kasih pengertian gitu loh ke aku, pengertiannya yang lembut gitu, ya kalau menurut aku, kata-kata dia itu yang mungkin “ada hal yang lebih penting dari kamu” itu kaya kasar ya kesannya. Kaya aku gak penting buat dia, padahal seharusnya gak kaya gitu”.

Namun kemudian ia menggunakan strategi langsung dan kooperatif (negosiasi) agar konflik tidak berlarut-larut. Ia melakukannya dengan cara meminta maaf kepada pasangannya melalui *chat*, karena menurutnya paling efektif karena ia lebih bisa menyampaikan argumen dengan tenang dan didukung oleh *emoticon* yang dapat mewakili perasaan dan pasangannya dapat lebih fleksibel dalam membalas pesannya, yaitu disaat sempat. Ia lebih memilih menggunakan telepon atau *video call* ketika konflik telah usai.

“Supaya konflik itu tidak berlarut yang kita lakukan adalah yang pertama itu kita saling diam. Ya diamnya hanya sejenak, mungkin selama semalam atau sampai keadaan atau suasana apapun terutama hati, itu merasa tenang. Jadi salah satu diantara kita itu akan menghubungi, tapi menghubunginya itu lewat chat, bukan lewat telepon atau video call. Jadi gini yang awalnya dichat itu awalnya kita kaya menyapa kan, mungkin dengan panggilan sayang. Terus baru kemudian kita baru minta maaf. Mungkin kalau dia yang salah, dia yang minta maaf ke aku. Kalau aku yang salah, ya aku yang minta maaf ke dia. Terus disini aku kasih penjelasan sedikit ya, sedikit saja. Kenapa aku sama dia itu lebih memilih media chat? Karena menurut kita, chat itu adalah media yang paling efektif sih. Jadi disaat salah satu diantara kita nggak bisa balas di waktu itu juga, kita bisa membalasnya nanti-nanti atau mungkin dilain waktu disaat kita sempat. Dan media chat ini selalu kita gunakan dalam menyelesaikan hal konflik atau mungkin disaat kita lagi marah. Dan disini, di media chat ini, kita bisa menyampaikannya dengan tenang, dengan enjoy, dengan emotikon-emotikon yang love-love atau senyum atau apa gitu ya, kan disitu banyak emotikon gitu ya. Kadang itu kalau masih berkonflik terus kita melakukan telepon atau video call kek males gitu loh. Emm tapi disini bukan berarti aku sama dia itu nggak menggunakan emm media telepon sama video call ya. Eee kalau telepon sama video call itu tetep kita lakuin, tapi kita lakuin setelah dirasa konflik itu sudah reda lah minimal. Eeeee dan hati itu udah kek ngerasa tenang gitu. Kan karena kalau konflik masih berlangsung, mau ngomongpun males, liat wajahnya juga males (tertawa). Jadi eee kalau udah reda, hati udah tenang, kaya gitu kan apa itu kek timbul benih-benih kerinduan gitu loh. Jadi baru kek dalam menyelesaikan konflik itu kita lewat chat, setelah konflik itu berakhir baru kita menggunakan media telepon dan video call.

Selain responden 1, responden 3 juga menggunakan cara yang kooperatif ketika terjadi konflik, yaitu dengan cara memberi pengertian pada pasangannya. Menurutnya, dengan memberi pengertian secara baik-baik dengan emosi yang sudah mereda, lawan

bicara yang dalam hal ini pasangannya menjadi lebih bisa menerima dengan baik.

“Ya karena kalau kita ngomongnya baik-baik, nyampainnya baik-baik, pasti lawan bicara kita jadi lebih menerimanya baik-baik. Jadi kalau kita sama-sama adem, eeem hati kita juga udah adem, jadi kaya udah. Jadi masalah memang fokusnya dimasalah kita. Beda kalau kita eeeem ngomongnya pakai kek emosi. Pake emosi, sama-sama emosi, nanti masalah A bisa merambat ke B, ke C, jadi masalahnya bisa besar sampai kemana-mana sih”.

Taktik tidak langsung dan kooperatif (non-konfrontasi) melibatkan cara-cara yang mengalihkan perhatian pasangan dari masalah konflik. Ini termasuk meminimalkan konflik dengan membuat pernyataan abstrak atau mengajukan pertanyaan tidak mengikat, membuat alasan untuk perilaku seseorang, dan menggunakan humor. Responden 4 mengadopsi cara ini, dimana ia akan mengirimkan video-video humor yang bertebaran di sosial media pada pasangannya saat konflik terjadi, hal ini ia lakukan untuk mencairkan suasana konflik agar lebih mereda.

“Terus kalau di sosmed suka share atau ngirimin doi video-video receh, lucu. Jadi kita bisa apa ya, bercanda. Intinya mencairkan suasana biar nggak terus-terusan apa iya panas, gitu lah.”

3.6 Tanggapan/Respon Orang Lain (*The Other Person's Response*)

Dalam konflik antarpribadi tentunya melibatkan dua orang yang harus saling menanggapi, serta keterampilan dalam konflik digambarkan melalui pola interaksi ketika dua orang sedang bertukar pesan. Pihak yang terlibat dalam konflik akan memberi balasan atau kompensasi atas perilaku pasangan mereka sebelumnya.

Gottman; Messman & Canary; Schaap dalam Greene & Burleson (2003) menyebutkan bahwa timbal balik yang berupa pengaruh negatif baik secara verbal (dalam taktik bersaing) atau nonverbal (misalnya menunjukkan kemarahan atau penghinaan) adalah bentuk yang disfungsional.

Selain itu, individu yang terlibat dalam konflik sering kali memberi kompensasi atas perilaku pasangannya. Kompensasi menunjukkan bahwa individu menggunakan perilaku untuk mengubah strategi dan taktik pasangan. Individu dapat mengkompensasi perilaku kompetitif dengan tindakan kooperatif baik langsung maupun tidak langsung. Beberapa penelitian telah meneliti jenis pola kompensasi tertentu yang melibatkan individu dalam menghadapi pasangannya dan pasangannya menanggapi melalui penarikan disebut pola permintaan-penarikan (Caughlin & Vangelisti; Christensen & Heavey; Heavey, Layne, & Christensen; Sagrestano, Heavey, & Christensen dalam

Greene & Burleson, 2003). Studi penarikan-permintaan menunjukkan bahwa pola ini biasanya terjadi ketika individu tidak puas dan menginginkan perubahan dari pasangannya tentang masalah tertentu. Kemudian, ia memberi tanggapan berupa menarik diri atau berupaya meminimalkan diskusi (Kluwer, de Dreu, & Buunk dalam Greene & Burleson, 2003). Ini seperti yang dilakukan oleh responden 2, ia menanggapi tindakan pasangannya yang tidak memberikan izin bergabung di grup perkuliahan dengan menarik diri berupa memblokir kontak pasangannya dan berupaya meminimalkan diskusi dengan mengabaikan pesan dari pasangannya karena ia mengaku merasa kesal atas tindakan pasangannya dan menginginkan pasangannya memberi izin bergabung grup.

Pada responden 2, ketika tidak diberi izin, ia merasa kesal dan memblokir kontak pasangannya untuk sementara. Pasangannya menghubungi lewat *chat*, namun responden 2 mengaku enggan merespon karena masih kesal, sehingga penggunaan media berbasis *video call* digunakan dalam pemecahan konflik.

“Nah, tapi dia nggak ngebolehin karena pasti ada cowoknya ya dikelas. Tapi kan yang namanya grup itu kan penting. Jadi aku ya ngeyel sih ada kan ya, soalnya itu penting banget, takutnya kan hari ini ada deadline dari dosen, nanti siang, atau nanti malam, mau ngumpulin kan kita nggak tahu. Kita juga sungkan kan kalau mau tanya teman kaya gitu. Terus, habis chat itu, jadilah pertengkaran yang akunya sebel, terus aku blokir dia. Nah setelah itu, aku buka blokirnya sendiri. Nah aku biarin tuh, tiba-tiba dia nge-chat, disitu dia mau nyelesain konflik. Chat P P P P, aku gak respon soalnya masih gedek banget, terus akhirnya dia video call. Nah, di video call itu, barulah kita nyelesain masalah. Dia ngomong eee, “Emang grup, grupnya penting ya?”. Terus jawab, aku jawabnya “Ya pentinglah, kan namanya grup kelas, informasi kan semua dari situ. Kita kan lagi kuliah juga. Kalau ada tugas, kan kita taunya dari grup kan ya”. Terusan yaudah, dia ngomong baik-baik, “Yaudah, nek (kalau) emang penting, masuk gak apa-apa. Tapi nek (kalau) urusanmu udah selesai dari grup itu, langsung keluar”. Jadi nantinya, kalau mungkin aku udah lulus, disuruh langsung keluar grup, dari grup rombel itu. Misal grup PKL aku boleh masuk, tapi waktu PKL hari tersebut selesai, aku keluar dari grup itu, seperti itu. Nah disitulah masalah kita terselesaikan, karena dia mau mengalah, mau sadar gitu lah ya, mau memperbolehkan aku untuk masuk grup.”

Serupa dengan responden 2, ia menggunakan fitur *block* pada pasangannya. Awalnya ia berusaha memecahkan masalah dengan menggunakan fitur pengirim pesan berupa teks. Namun, ia menggunakan fitur *block* pada media komunikasi yang ia dan pasangannya gunakan ketika pesan teks tidak dapat memecahkan masalah. Kemudian

penggunaan pesan teks kembali digunakan jika emosinya sudah stabil. Ketika emosi keduanya sudah stabil, ia dan pasangannya menggunakan media telepon.

“Itu kita awalnya dari teks dulu. Terus kalau misalnya pake teks itu kok tidak menyelesaikan, akhirnya kita baru telepon. Dari telepon kalau udah gak bisa menyelesaikan, aku biasanya langsung block sih, soalnya aku udah kaya stuck (terjebak) gitu loh, pikiranku udah kaya udah males gitu. Nanti kalau udah adem, langsung aku kaya bisa ngomong baik-baik lagi lewat teks. Terus kalau kalau kita udah adem, sama-sama adem, baru kita teleponan. Teleponan, jadi kita kaya ya udah ngomongin yang baik-baik aja biar nanti apa, emosinya udah stabil.”

Dalam penerapan model ini, penggunaan media ICT pada pasangan jarak jauh dapat membantu dalam manajemen konflik, dimana informan dapat berkomunikasi untuk mengelola konflik melalui *chat*, *voice call*, atau *video call* dengan pasangannya. Pemilihan fitur dalam situasi konflik ditentukan oleh informan tergantung pada mana yang lebih efektif dalam proses manajemen konflik.

Pada responden 1, ia mengaku lebih sering menggunakan fitur *chat*, karena ia merasa lebih leluasa berkomunikasi serta dapat mengekspresikan perasaan melalui *emoticon*. Ia memilih menggunakan telepon pada situasi penting.

“Kalau aku sih, lebih menggunakan via chat sih ya, karena kan kalau via chat itu kita apa sih, lebih leluasa kaya mau ngomong apa gitu, terus ada emoticon-emoticon juga kan, kita juga bisa mengekspresikan itu lewat emoticon. Kalau emm, ada sih beberapa kali juga lewat telepon, tapi itu mungkin dalam keadaan penting atau mungkin emang bener-bener apa ya, dibutuhkan banget. Mungkin kaya aku lagi ngambek, terus dia baru berusaha nenangin aku gitu, mungkin itu baru lewat telepon”.

Sedangkan pada responden 4, ia memilih *instant messaging* yaitu WhatsApp dan Line untuk berkomunikasi dengan pasangan. Selain itu, ia juga menggunakan sosial media.

“Seringnya pakai instant messaging terutama WA (WhatsApp), WhatsApp termasuk media utama kita untuk berkomunikasi sehari-hari. Ya itu tadi, kita chatting, kirim PAP (post a picture) yang lucu-lucu, video call, voice note, gitu-gitu. Kadang juga lewat Line atau sosial media lain. Kalau menghubungi lewat telepon seluler sih jarang banget, kecuali kalau kepepet aja harus pakai itu”.

Penggunaan media ICT dapat mempermudah komunikasi pada pasangan yang menjalani hubungan berpacaran jarak jauh, namun dalam menggunakan media ICT ini, responden 3 mengaku mengalami kendala atau keterbatasan. Responden 3 merasa

kurang puas ketika berkomunikasi melalui media ICT yang dalam hal ini adalah WhatsApp, karena ia tidak bisa mengutarakan emosi sejelas bertatap muka secara langsung.

“Biasanya kan karena kita LDR kan, itu kita ngobrolnya jadi pake WhatsApp ya, jadi terbatas sih. Ya kita tetap kurang puas, karena kita nggak bisa mengutarakan emosi kita sejelas kalau kita bertatap langsung sih. Ya konsekuensinya itu kaya jadi, misalnya kita kita ngobrol. Sebenarnya aku juga kurang, dari emosi masih juga kurang tersampaikan ke dia ya, mungkin kaya kesalahan yang sama itu masih sering terjadi kalau misalnya kita ngobrolnya cuma lewat WhatsApp gitu. Masih yaaa masih sering diulangi-diulangi gitu. Kecuali kalau kita tatap muka, kan kaya emosi aku lebih ke aku keluarkan. Kan maksudnya emosionalnya lebih nyampai gitu. Jadi mungkin rasa penyesalan itu lebih kerasa sih ke kita, satu sama lain bakal ngerasa menyesalnya tuh ada”.

Selain itu, responden 4 mengungkapkan bahwa terdapat perbedaan antara pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh dan tidak. Menurut individu yang menjalani jarak jauh, ketika konflik karena merasa cemburu, mungkin disebabkan oleh rasa ketakutan karena tidak bisa memantau pasangannya secara langsung. Ini mengindikasikan bahwa ICT masih memiliki kekurangan dibandingkan dengan *face-to-face*.

“Misalnya nih konflik yang disebabkan oleh cemburu. LDR (Long-Distance Relationship) menurutku memang lebih riskan tingkat kecemburuannya dibandingkan yang lain, mungkin ya. Mungkin karena ketakutan tidak bisa memantau secara langsung sih”.

4. PENUTUP

Berdasarkan temuan yang diperoleh dari kumpulan data, dapat ditarik kesimpulan bahwa ketika terjadinya konflik dalam hubungan yang kondisinya tidak berdekatan dengan pasangan secara geografis, media ICT dapat membantu strategi pemecahan konflik. Model pilihan strategis yang dimodifikasi ini memperhitungkan faktor yang mempengaruhi pada ketidakcocokan, diantaranya meliputi dorongan konflik, perbedaan individu, interpretasi konflik, generasi tujuan, produksi pesan, tanggapan orang lain, dan sifat konflik yang melestarikan diri sendiri. Dalam penerapan model ini, penggunaan media ICT pada pasangan jarak jauh dapat membantu dalam manajemen konflik, dimana informan dapat berkomunikasi untuk mengelola konflik melalui *chat*, *voice call*, atau *video call* dengan pasangannya.

Pemilihan fitur dalam situasi konflik ditentukan oleh strategi informan tergantung pada mana yang lebih efektif. Misalnya pada responden 1, ia menganggap fitur *chat* lebih efektif dalam menyelesaikan konflik karena ia merasa lebih tenang dalam menyampaikan pendapat serta lebih fleksibel dalam waktu, sehingga pasangannya dapat membalas pesannya disaat sempat. Ia memilih menggunakan fitur telepon atau *video call* saat konflik telah berakhir. Pada responden 2, ia menyampaikan pada pasangannya mengenai pentingnya masuk dalam grup perkuliahan. Namun ketika pasangannya tidak mengizinkan, ia menanggapi pasangannya dengan melakukan blokir kontak pasangannya untuk sementara. Akhirnya pasangannya mengizinkan masuk grup perkuliahan. Sedangkan pada responden 3, awalnya ia menggunakan strategi dalam mengelola konflik melalui *chat*. Jika tidak efektif, ia menggunakan fitur telepon. Jika dengan telepon tidak menyelesaikan dan merasa terjebak dalam konflik, ia melakukan blokir pada kontak pasangannya. Ketika emosi mulai mereda, ia menggunakan *chat* dan berlanjut dengan membicarakan konflik dengan menggunakan media telepon. Pada responden 4, ketika terjadi perubahan sikap pada pasangannya, ia menggunakan strategi langsung dimana ia berdiskusi dengan pasangannya yang pada akhirnya mencapai kesepakatan untuk saling terbuka.

Dengan adanya kemajuan teknologi yang begitu cepat, saran bagi penelitian selanjutnya adalah bagaimana penggunaan media komunikasi terbaru yang memiliki fitur-fitur terbaru yang dapat mempermudah komunikasi pasangan jarak jauh mungkin bisa digunakan untuk manajemen konflik. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi penelitian selanjutnya mengenai manajemen konflik melalui media ICT.

PERSANTUNAN

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang senantiasa memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penelitian ini dapat terselesaikan. Selain itu, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya terhadap beberapa pihak yang berkontribusi dalam penelitian ini, diantaranya kepada: Bapak dan ibu yang selalu memberi dukungan dan do'a, Ibu Rina Sari Kusuma, S.Sos., M.I.Kom selaku dosen pembimbing, keempat informan yang bersedia untuk diwawancarai, serta teman-teman yang selalu memberi dukungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmanto. (2005). *Mengerti cinta (dari dasar hingga relung-relung)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Andiarna, F., Widayanti, L. P., Hidayati, I., & Agustina, E. (2020). Analisis Penggunaan Media Sosial Terhadap Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa. *PROFESI (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 17(2), 37–42.
- Dainton, M., & Aylor, B. (2002). Patterns of communication channel use in the maintenance of long- distance relationships. *Communication Research Reports*, 19(2), 118–129. <https://doi.org/10.1080/08824090209384839>
- DeVito, J. A. (2012). *The Interpersonal Communication Book (13th Edition)* (13th editi). New York: Pearson.
- Dewi, E., & Basti, B. (2008). Konflik Perkawinan Dan Model Penyelesaian Konflik Pada Pasangan Suami Istri. *Jurnal Ilmiah Psikologi Gunadarma*, 2(1), 98377.
- Dharmawijati, D. R. (2016). Komitmen dalam Berpacaran Jarak Jauh pada wanita Dewasa Awal. *Psikoborneo*, 3(3), 3–5. Retrieved from e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/download/3790/2467
- Greene, J. O., & Burleson, B. R. (2003). Handbook of communication and social interaction skills. In *Lawrence Erlbaum Associates Publishers* (Vol. 53). Lawrence Erlbaum Associates Publishers. Howard, D. E., Debnam, K. J., & Strausser, A. (2017). “I’m a Stalker and Proud of It”: Adolescent Girls’ Perceptions of the Mixed Utilities Associated With Internet and Social Networking Use in Their Dating Relationships. *Youth & Society*, 51(6), 773–792. <https://doi.org/10.1177/0044118x17716948>
- Janning, M., Gao, W., & Snyder, E. (2017). Constructing Shared “Space”: Meaningfulness in Long- Distance Romantic Relationship Communication Formats. *Journal of Family Issues*, 39(5), 1281– 1303. <https://doi.org/10.1177/0192513X17698726>
- Kriyantono, R. (2006). *Teknik Praktis Riset Komunikasi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Kurniati, G. (2015). Pengelolaan Hubungan Romantis Jarak Jauh: Studi Penetrasi Sosial Pasangan yang Terpisah Jarak Geografis. *Jurnal Komunikasi Indonesia*, IV(April), 27–37.
- Kusuma, R. S. (2017). Komunikasi Antar Pribadi Sebagai Solusi Konflik Pada Hubungan Remaja Dan Orang Tua Di Smk Batik 2 Surakarta. *Warta LPM*,

20(1), 49–54. <https://doi.org/10.23917/warta.v19i3.3642>

Lambuan, H., Mas'amah, & Letuna, M. A. . (2019). Penggunaan Whatsapp Sebagai Media Komunikasi Pacaran Jarak Jauh (Studi Fenomologi Terhadap Mahasiswa Prodi Ilmu Komunikasi FISIP UNDANA). *Jurnal Communio : Jurnal Jurusan Ilmu Komunikasi*, 8(2), 1362–1391.

Lapierre, M. A., & Custer, B. E. (2020). Testing relationships between smartphone engagement,

romantic partner communication, and relationship satisfaction. *Mobile Media and Communication*. <https://doi.org/10.1177/2050157920935163>

Mohamed Ahmed, A. A.-A. (2015). “Sharing is Caring”: Online Self-disclosure, Offline Social Support, and Social Network Site Usage in the UAE. *Contemporary Review of the Middle East*, 2(3), 192– 219. <https://doi.org/10.1177/2347798915601574>

Nisa, S., & Sedjo, P. (2010). Konflik Pacaran Jarak Jauh Pada Individu Dewasa Muda. *Jurnal Ilmiah Psikologi Gunadarma*, 3(2), 100321. <https://doi.org/10.35760/psi>

Nugroho, W. B., & Sushanti, S. (2019). Kekerasan dalam Pacaran : Anatomi Konflik dan Penyelesaiannya. *Jurnal Sosiologi Walisongo*, 3(2), 145–162. <https://doi.org/10.21580/jsw.2019.3.2.3928>

Pistole, M., Roberts, A., & Mosko, J. (2010). Commitment predictors: Long-Distance versus geographically close relationships. *Journal of Counseling and Development*, 88(2), 146–153. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2010.tb00003.x>

Rini, R. I. R. S. (2009). Hubungan Antara Keterbukaan Diri dengan Penyesuaian Perkawinan pada Pasangan Suami Istri yang Tinggal Terpisah. *Psycho Idea*, 7(2), 1–13.

Ruppel, E. K. (2015). Use of communication technologies in romantic relationships: Self-disclosure and the role of relationship development. *Journal of Social and Personal Relationships*, 32(5), 667– 686. <https://doi.org/10.1177/0265407514541075>

Ryckman, R. M., Thornton, B., Gold, J. A., & Burckle, M. A. (2002). Romantic relationships of hypercompetitive individuals. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21(5), 517–530. <https://doi.org/10.1521/jscp.21.5.517.22619>

Suryani, A., & Nurwidawati, D. (2016). Self Disclosure dan Trust Pada Pasangan Dewasa Muda yang Menikah dan Menjalani Hubungan Jarak Jauh. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 7(1), 9. <https://doi.org/10.26740/jppt.v7n1.p9-15>

Watkins, N. K., & Beckmeyer, J. J. (2019). Assessing Young Adults’ Beliefs Regarding the Importance of Romantic Relationships. *Journal of Family Issues*. <https://doi.org/10.1177/0192513X19871080>